Top 6 men vi sinh của Nhật Bản giúp bổ sung lợi khuẩn

Xem nhanh nội dung bài viết [Ẩn]

- 1 Các tiêu chí khi chọn mua men vi sinh
- 2 Top 6 loại men vi sinh của Nhật Bản hiệu quả nhất hiện nay
  - 2.1 Bột uống men vi sinh Fujina Megumi Probiotics Nhật Bản
  - 2.2 Bifina R Men Vi Sinh hỗ trợ bổ sung lợi khuẩn
  - 2.3 Men vi sinh Amano Enzym Gold
  - 2.4 Men vi sinh Orihiro
  - 2.5 Men vi sinh Bifidus BB536 Morinaga
  - 2.6 Men vi sinh Kefir + Lactic Acid Bacteria
- 3 Lưu ý khi uống men vi sinh
- 4 Kết luận

Men vi sinh của Nhật từ lâu được nhiều người tin dùng nhờ chất lượng cao và công nghệ sản xuất hiện đại. Trong bài viết này, hãy cùng Vivita điểm qua top 6 **men vi sinh của Nhật** giúp bổ sung lợi khuẩn, hỗ trợ tiêu hóa và tăng cường sức khỏe đường ruột đang được nhiều người tin dùng.

1 Các tiêu chí khi chọn mua men vi sinh

Để men vi sinh phát huy hiệu quả tốt và phù hợp với cơ địa, việc lựa chọn đúng sản phẩm là yếu tố rất quan trọng. Khi chọn mua men vi sinh, bạn nên cân nhắc các tiêu chí sau:

- **Chủng lợi khuẩn rõ ràng:** Ưu tiên sản phẩm ghi cụ thể tên chủng vi khuẩn (như Lactobacillus, Bifidobacterium…) và hàm lượng rõ ràng, giúp đảm bảo hiệu quả khi sử dụng.
- **Hàm lượng lợi khuẩn phù hợp:** Không phải men vi sinh nào có càng nhiều lợi khuẩn càng tốt, mà cần phù hợp với độ tuổi và tình trạng tiêu hóa.
- **Nguồn gốc, thương hiệu uy tín:** Nên chọn sản phẩm từ các thương hiệu đáng tin cậy, có xuất xứ rõ ràng và được kiểm định chất lượng.
- **Dạng bào chế dễ dùng:** Men vi sinh dạng gói, viên nhai hay bột hòa tan sẽ thuận tiện hơn cho từng đối tượng khác nhau như trẻ em hay người lớn.
- **Khả năng bảo vệ lợi khuẩn:** Sản phẩm có công nghệ bao vi nang hoặc bảo vệ lợi khuẩn giúp vi khuẩn sống sót tốt hơn khi đi qua dạ dày.

Mua và sử dụng men vi sinh chính hãng, phù hợp với độ tuổi và thể trạng người dùng

2Top 6 loại men vi sinh của Nhật Bản hiệu quả nhất hiện nay

2.1 Bột uống men vi sinh Fujina Megumi Probiotics Nhật Bản

Fujina Megumi là dòng men vi sinh dạng bột được nhiều gia đình lựa chọn nhờ cách dùng đơn giản, dễ hấp thu, phù hợp cho cả trẻ nhỏ và người lớn cần cải thiện hệ tiêu hóa.

Tiêu chí	Thông tin
Thương hiệu	Fujina
Nguồn gốc	Nhật Bản
Quy cách	Hộp 15 gói bột
Thành phần chính	Lactobacillus, Bifidobacterium, Inulin
Công dụng	Bổ sung lợi khuẩn, hỗ trợ tiêu hóa, giảm rối loạn tiêu hóa
Cách dùng	Uống trực tiếp hoặc pha với nước ấm, 1–2 gói/ngày
Giá tham khảo	Khoảng 480.000đ/hộp

Lưu ý: Sản phẩm không phải là thuốc và không có tác dụng thay thế thuốc trị bệnh. Hiệu quả tuỳ thuộc vào cơ địa của người dùng.

Bột uống men vi sinh Fujina Megumi Probiotics Nhật Bản

2.2 Bifina R Men Vi Sinh hỗ trợ bổ sung lợi khuẩn

Bifina R là dòng men vi sinh nổi bật của Nhật, ứng dụng công nghệ bao kép giúp lợi khuẩn đi qua axit dạ dày và đến ruột hiệu quả hơn.

Tiêu chí	**Thông tin**
Thương hiệu	Morishita Jintan
Nguồn gốc	Nhật Bản
Quy cách	Hộp 20 gói
Thành phần chính	Bifidobacterium, Lactobacillus, Prebiotic
Công dụng	Cân bằng hệ vi sinh, hỗ trợ táo bón – tiêu chảy
Cách dùng	1 gói/ngày sau ăn

Giá tham khảo	Khoảng 368.000đ/hộp

Lưu ý: Sản phẩm không phải là thuốc và không có tác dụng thay thế thuốc trị bệnh. Hiệu quả tuỳ thuộc vào cơ địa của người dùng.

Bifina R Men Vi Sinh hỗ trợ bổ sung lợi khuẩn

XEM SẢN PHẨM
Mua Vitamin Đến Vivita

2.3 Men vi sinh Amano Enzym Gold

Amano Enzym Gold là sản phẩm kết hợp giữa men vi sinh và enzyme tiêu hóa, phù hợp với người có hệ tiêu hóa kém, hấp thu kém hoặc ăn uống khó tiêu.

Tiêu chí	**Thông tin**
Thương hiệu	Amano
Nguồn gốc	Nhật Bản
Quy cách	Hộp viên uống
Thành phần chính	Lợi khuẩn + enzyme tiêu hóa
Công dụng	Hỗ trợ tiêu hóa, tăng hấp thu dinh dưỡng

Cách dùng	Uống theo hướng dẫn trên bao bì
Giá tham khảo	Khoảng 580.000 – 600.000đ/hộp

Lưu ý: Sản phẩm không phải là thuốc và không có tác dụng thay thế thuốc trị bệnh. Hiệu quả tuỳ thuộc vào cơ địa của người dùng.

Men vi sinh Amano Enzym Gold

2.4 Men vi sinh Orihiro

Orihiro là thương hiệu thực phẩm chức năng quen thuộc tại Nhật, nổi tiếng với các dòng men vi sinh an toàn, dễ dùng cho nhiều đối tượng.

Tiêu chí	**Thông tin**
Thương hiệu	Orihiro
Nguồn gốc	Nhật Bản
Quy cách	Dạng viên hoặc bột
Thành phần	Lactic acid bacteria

chính	
Công dụng	Hỗ trợ tiêu hóa, giảm đầy bụng, khó tiêu
Cách dùng	Uống hằng ngày theo hướng dẫn
Giá tham khảo	Khoảng 250.000 – 350.000đ/hộp

Lưu ý: Sản phẩm không phải là thuốc và không có tác dụng thay thế thuốc trị bệnh. Hiệu quả tuỳ thuộc vào cơ địa của người dùng.

Men vi sinh của Nhật Orihiro

2.5 Men vi sinh Bifidus BB536 Morinaga

BB536 là chủng lợi khuẩn được nghiên cứu lâm sàng rộng rãi tại Nhật, thường được khuyên dùng cho người táo bón kéo dài hoặc rối loạn hệ vi sinh đường ruột.

Tiêu chí	Thông tin
Thương hiệu	Morinaga

Nguồn gốc	Nhật Bản
Quy cách	Dạng bột hoặc viên
Thành phần chính	Bifidobacterium longum BB536
Công dụng	Cải thiện táo bón, cân bằng hệ vi sinh
Cách dùng	Uống trực tiếp hoặc pha với nước
Giá tham khảo	Khoảng 700.000 – 750.000đ/hộp

Lưu ý: Sản phẩm không phải là thuốc và không có tác dụng thay thế thuốc trị bệnh. Hiệu quả tuỳ thuộc vào cơ địa của người dùng.

Men vi sinh Bifidus BB536 Morinaga

2.6 Men vi sinh Kefir + Lactic Acid Bacteria

Dòng men vi sinh Kefir của Nhật thường được lựa chọn cho người muốn cải thiện tiêu hóa kết hợp tăng sức đề kháng tự nhiên.

Tiêu chí	Thông tin

Thương hiệu	Fine Japan
Nguồn gốc	Nhật Bản
Quy cách	Viên uống
Thành phần chính	Kefir + lợi khuẩn lactic
Công dụng	Hỗ trợ tiêu hóa, tăng đề kháng
Cách dùng	1 – 2 viên/ngày
Giá tham khảo	Khoảng 350.000 – 370.000đ/hộp

Lưu ý: Sản phẩm không phải là thuốc và không có tác dụng thay thế thuốc trị bệnh. Hiệu quả tuỳ thuộc vào cơ địa của người dùng.

Men vi sinh Kefir + Lactic Acid Bacteria

3 Lưu ý khi uống men vi sinh

Để men vi sinh phát huy tốt vai trò bổ sung lợi khuẩn và hỗ trợ tiêu hóa, người dùng cũng cần chú ý một số điểm quan trọng trong quá trình sử dụng. Dưới đây là những lưu ý cơ bản, dễ hiểu khi uống men vi sinh:

- Nên uống men vi sinh vào thời điểm thích hợp, thường là sau bữa ăn khoảng 30 phút hoặc theo hướng dẫn của nhà sản xuất để lợi khuẩn dễ sống sót và hoạt động hiệu quả hơn.
- Tránh uống men vi sinh cùng lúc với kháng sinh. Nếu đang dùng kháng sinh, nên uống men vi sinh cách nhau ít nhất 2 – 3 giờ.
- Không pha men vi sinh với nước quá nóng vì nhiệt độ cao có thể làm giảm hoặc tiêu diệt lợi khuẩn.
- Cần sử dụng đều đặn theo đúng liều lượng khuyến nghị, không nên tự ý tăng liều với mong muốn nhanh có hiệu quả.
- Với trẻ nhỏ, người có bệnh nền hoặc hệ tiêu hóa nhạy cảm, nên tham khảo ý kiến bác sĩ hoặc dược sĩ trước khi dùng.
- Kết hợp chế độ ăn uống lành mạnh, uống đủ nước và bổ sung chất xơ để hỗ trợ lợi khuẩn phát triển tốt hơn.

Cần tuân thủ đúng liều lượng men vi sinh khi sử dụng, tránh lạm dụng

4 Kết luận

Trên đây là những chia sẻ giúp bạn hiểu rõ hơn về **men vi sinh của Nhật**, từ tiêu chí lựa chọn, các sản phẩm nổi bật đến những lưu ý quan trọng khi sử dụng. Hy vọng với những thông tin này, bạn có thể dễ dàng chọn được loại men vi sinh phù hợp để hỗ trợ hệ tiêu hóa và sức khỏe đường ruột. Nếu bạn đang có nhu cầu mua sản phẩm chính hãng hoặc cần được tư vấn cách dùng phù hợp với tình trạng cơ thể, có thể liên hệ trực tiếp với **nhà thuốc Vivita** để được đội ngũ dược sĩ hỗ trợ tận tình nhất nhé.

Nguồn: https://vivita.vn/bai-viet/men-vi-sinh-cua-nhat-ban.html